

世界癌症日特别报道

## 市疾病预防控制中心公布“上海癌症数字”

# 日均129人新发癌症82人死于癌症

本报讯(首席记者 施捷)今天是第14个世界癌症日,今年的宣传主题是“你了解癌症吗”。市疾病预防控制中心发布最新的“上海癌症数字”,显示本市癌症发病率与死亡率仍高于全国平均水平——

■上海每年新发癌症近5万例,因癌症死亡3万人,发病和死亡水平高于全国平均,是欧美发达国家的2/3。

■上海居民发生的最常见癌症是肺癌、大肠癌、胃癌、肝癌和乳腺癌。

■上海平均每天的癌症数字:有129人新发癌症:70位男性,59位女性;82位老人,47位中青年;23个肺癌,16个大肠癌,15个胃癌,11个肝癌,10个乳腺癌,5个肺

腺癌,49个其他各种癌;有1/3能活过5年。

有82人死于癌症:50位男性,32位女性;62位老人,20位中青年;20个肺癌,11个胃癌,10个肝癌,8个大肠癌,4个胰腺癌,4个食管癌,25个其他各种癌;占有死亡人数的1/3。

有25万名癌症患者生活在我们身边,每100人中超过1个:11万男性,14万女性;15万老人,10万中青年;4万乳腺癌,4万大肠癌,2万胃癌,2万肺癌,13万其他各种癌。

上海癌症发病率和死亡率处于全国较高水平的首要原因是人口老龄化,上海是中国人口老龄化最严重的城市之一。

35年大肠癌发病率增长4倍,本市推社区筛查

## 百万市民可获免费大肠癌筛查

本报讯(首席记者 施捷)今年本市将全面推进社区居民大肠癌筛查项目。这是癌症防治首次纳入市政府重大公共卫生服务项目,也将是我国参与人数最多的一次癌症筛查工作。

大肠癌已经跃升为本市第二常见的恶性肿瘤,最近35年本市大肠癌的发病率增长了4倍。大肠癌的发病风险随着年龄增长而增长,参加大肠癌筛查可以显著降低大肠癌的发病率和死亡率。上海新设的筛查项目将为100万本市居民提供免费的大便隐血试验检查,以提高本市大肠癌早期检出率。

### 50岁以上要做检查

市疾病预防控制中心肿瘤防治科主任郑莹今天在接受本报采访时表示,人口老龄化是上海居民癌症

发病较高的第1原因,目前本市户籍人口中60岁以上已占到23%。如果能去除人口老龄化因素这一项,上海的癌症发病率即可降低4成。但城市人口老龄化是避免不了的自然规律,早期预防癌症是最有效的,也是世界卫生组织推荐的。现今上海居民集中在70岁左右发生癌症,预防工作应起码提前20年到50岁。

具体到大肠癌,郑莹强调说,上海人大肠癌年发病率约为万分之五,50岁以下人群的年癌症发病率还不到万分之一,但一到了50岁就上升到了万分之四,50岁以上人群的年癌症发病率为千分之一。75岁之前的患大肠癌几率高达百分之二,因大肠癌死亡的几率高达百分之一。她推荐年满50岁者,最好每年都进行一次大便隐血试验检查,

如果检查呈阳性,应该进一步接受肠镜检查;或者年满50岁时接受一次肠镜检查,如果无异常,以后每5年进行一次肠镜检查。

### 低脂少盐多蔬果

记者了解到,美国疾病预防控制中心(CDC)最近公布了美国大肠癌筛查效果的评估结果,大肠癌发病率每年下降3.4%,死亡率每年下降3.0%。美国大肠癌死亡率下降的原因中,有50%可以归因于筛查参与率的提升,有35%可以归因于危险因素减少,主要是吸烟和肥胖的控制。

新春佳节即将来临,疾病预防控制中心专家特别提醒市民注意肠道健康,保持低脂少盐多蔬果的健康饮食习惯,减少大肠癌的发病危险。

### 防癌小贴士

市疾控中心提醒,停止吸烟、避免二手烟、限制酒精摄入、坚持运动、健康饮食、保持适宜体重、接种乙肝疫苗等简单方法,可以预防减少上海1/3以上的癌症发生。

## 复旦管理学院获 EQUIS 五年期认证

本报讯(记者 张炯强)复旦大学管理学院日前成功通过EQUIS再认证,并被授予五年期认证。为此,复旦管院成为中国内地首家获得EQUIS五年期认证的商学院。

EQUIS是由总部设在比利时布鲁塞尔的欧洲管理发展基金会所开展的国际性商学院质量认证体系,是最严格、最具权威的商学院质量认证体系。五年期认证是EQUIS体系中对于一所商学院的最高评价,表明复旦管院的管理教育水平目前已经在国际上处于领先地位。

## 金山安全播报

### 登录QQ 提防黑客“劫持”

本报讯(记者 马亚宁)金山毒霸安全中心近期观察到较多的网友在论坛、贴吧询问“QQ登录时提示网络存在链路层劫持,为确保安全,请使用安全登录”的问题。金山毒霸安全专家指出,该提示表明黑客攻击趋于活跃,上网时可能遭遇黑客监听,建议网民谨慎提交账号信息。

所谓“网络存在链路层劫持”,这是一个深奥的技术名词。简单说,就是黑客可以监听网络数据传输,在传输的过程中人为插入或替换数据包,可引导网民访问被篡改过的页面。如果上网时发现类似提示信息,表明当前上网环境不够安全,最好不要随意在当前网页提交QQ号和密码,建议使用安全登录或停止登录。

由于黑客攻击的活跃,金山安全专家建议网友在访问邮箱、在线购物时,注意查看浏览器是否在使用加密协议访问相应网站。其特征是浏览器地址为https://,而不是常用的http://。

上海市经济管理学校  
美丽转身 科学发展  
www.sems.cn



“你的爱,是我的眼睛,让我看见白云看见漫天星星;春去秋来你我心心相印,让我倾听花开的声音……”昨晚的上海大剧院被天籁童音和铿锵乐声围绕,由市教卫工作党委、市教委主办的“青春放歌”上海学生新年音乐会举行。盲童学校的孩子搭着伙伴的肩走上舞台,用歌声唱出心底天籁,带来全场最感动瞬间。近两年,本市推出一系列音乐普及行动,让每个学生都在音乐中找到梦想。本报记者 陆梓华 孙中钦 特约通讯员 焦萍 摄影报道

# 快去找,中国第一盏路灯在哪里

高中生自办城市定向越野赛 跨三区“飞奔”寻找目标

昨天,一场跨越静安、长宁、黄浦三区的“城市飞奔”正式“上演”,20位来自市西中学和其他学校的学生分成10组,在一天内竞速完成7个赛点的任务,最后决出前三名。这场名为“市西Rush”的城市定向越野赛完全是由该校高二(2)班的甘立和两位伙伴自发筹划组织的。“就是要Rush(飞奔)出点创新精神吧,让大家知道重点中学不仅有学习,更有好玩儿的事。”

### 设计7个目的地

这个学期期末考试结束后,甘立就和班里两位同学张罗着筹划这场“市西Rush”。整场比赛从赛点的选址到每个赛点任务,90%以上都是由甘立自己设计的,光计划书就写了不下5遍。“赛制是参考了一个城市定向活动组织的赛制,但赛点和任务都是自己

设计的。7个赛点包括了静安雕塑公园、上海自然博物馆、中国第一盏路灯处等,选手分别要在不同的赛点完成跳绳、数独、根据拉丁文找释义、回答一份有关市西中学的问卷等任务。”

甘立说,为了确保路线的合理性,他多次踩点。“比如,静安雕塑公园就在我初中学校边上,以前每天都会路过,而自然博物馆和第一盏路灯所在处,我都骑车和乘地铁去过至少三次。”

### 只能步行坐公交

上周,甘立在网上公开招募“市西Rush”的参赛者和志愿者。没想到帖子一贴出就引来火热反响,不一会儿报名人数就满了,有市西中学本校的,也有其他学校的学生。按照比赛规定,每组选手在行动过程

中只能采用双腿或公共交通,花费金额也必须控制在40元之内,而且不能参考自备地图等工具,更不能在完成时利用手机等在线查询,每组都会有一个领队全程监督,每个地点都会淘汰速度最慢的一组。

10组选手于9时正式出发,“一路狂奔”了几个小时后,下午2时15分左右,市西中学高一学生陈宇牧和陆晟昱向最后赛点静安公园冲刺。还来不及喘口气,他们就在完成最后一项任务后冲回终点市西中学,最终拿下了第一名。

### 玩得又累又兴奋

“一整天都是在冲冲冲,但是玩得又累又兴奋。”冠军陈宇牧和陆晟昱其实是临时组队,分组时正好都落单了。陆晟昱是前三名中唯一的女

生。她说:“第二名只比我们晚了3分钟,因此,最后冲刺的时候压力很大。但喜欢极速前进就是喜欢刺激和挑战,你要足够强就能享受这些任务而不被折磨。”

陈宇牧说,虽然现实的比赛并没有真人秀中呈现的那么紧张或者暴露人性,但竞争还是很激烈,有时候还会耍点小计谋竞争。“比如,如果我们知道了正确路线,但发现别组选手正在问路,我们不会马上奔去目的地,而是故意磨蹭一会儿。否则一旦让别人知道我们是识路的会被跟上。”

陆晟昱说,比赛收获的不仅是朋友、成功和刺激,她还发现原来上海还有很多值得自己去的地方,比如,一直都不知道南京东路上有中国第一盏路灯,而自然博物馆则是重温了幼时的回忆。本报记者 马丹